

开篇的话：由海南省商务厅主办，南海网、海南省烹饪协会承办的旨在“打造琼菜品牌、推广琼菜文化”的“2011海南特色美食文化节”日前启动，活动将历时4个月，覆盖海南18个市县。以此次活动为契机，海南周刊从本期起将陆续推出《海南美食地理》专题报道，以“发现海南民间美食的原生态，寻找海南美食之旅的路线图”为宗旨，以美食为中心，旅游为外延，探索海南各市县林林总总的各类原生美食与当地气候、地理、水土及当地群众的性情、风俗等人文元素的内在联系，并提供尽可能详尽实用的美食地图，力求与读者一起，深度开拓海南美食之旅的全新体验。



海南美食地理

海南特色美食文化节专题报道

海陆丰产孕育天赐良材，千年演绎成就独特风味。

海南“海产万类，陆产千名”，凭借天赐丰富而独特的食材、源远流长自成一派的风格，曾长期淹没在粤菜大系之中的海南菜，如今已成为我国各地方风味流派中最年轻而又独具特色的一支菜系，发展潜力无限。

海南岛一路走来，一路特色美味相随。

琼菜雏形 溯源唐宋

海南菜有何特色？

《中国烹饪百科全书》对琼菜的描述是：取料立足于海南特产，鲜活为主；味以清鲜居首，重原汁原味，甜酸辣咸兼蓄，讲究清淡，菜式多样，适应性较强。

在琼菜“独立”之前，海南菜与广州菜、潮州菜、东江菜等共同形成了全国四大菜系的粤菜，其个性被淹没在粤菜的总体特色中。直到海南建省办经济特区，海南菜才开始从粤菜的组成部分渐渐剥离而自成体系，并逐渐被国内烹饪界接受和认可。

根据众多专家的观点，省烹饪协会常务副会长林俊春对海南各地美食的整体风味特点进行过梳理。一是原料丰富，名产突出。二是口味清鲜，注重本味。海南菜特别讲究原汁原味，即充分保留和发挥其优质原材料的本味。在这点上，它比粤菜更加注重。三是兼收并蓄，制作方法不拘一格，兼蓄川、湘、粤、鲁各地风味技法。

这种风味特色的形成，其实由来已久。琼菜的雏形，应可追溯到唐宋时期。当时，不少中原名臣、学士相继被贬谪来琼，带来了中原饮食文化。另一方面，由于战乱、灾荒等原因，大批人南迁进岛，也带来了各地的饮食习俗，并与当地黎族苗族同胞特有的烹饪习俗渐相融合。在丰富的物产资源基础上，海南菜点多元化的地方个性得以形成。

苏东坡的美食之法总结的“慢着火，少著水，火候足矣它自美”的煮肉之法，在其后的琼菜发展中就有体现。

在林俊春看来，海南菜系的特色菜点美食系列的形成，出现在清末民初，特别是1926年海口设市之后。那时，较大型的茶楼酒馆不断出现，粤菜烹饪技术潮流而入，地产原料及传统厨技得以升华。琼南酒家、富南酒楼、长安酒家、中国酒家……许多人至今还对上世纪二十年代至四十年代这些海南风味菜馆记忆犹新。

东西南北中 特色各不同

“原料丰富，名产突出”是海南菜的一大特色，名菜往往依托着名产而存在。海南全省众多地区皆有自己的特色美食。

以知名度比较高的海南“四大名菜”文昌鸡、嘉积鸭、东山羊、和乐蟹为例，这些菜均清淡鲜甜、讲究原滋原味，不过产地不一，各地独特的环境，成就了菜品的不同特色美味。产于万宁市东山岭的东山羊，之所以美味，是山羊食东山岭特产鹧鸪茶等稀有草木所致；而万宁市和乐镇产的和乐蟹，以膏满肉肥为其他蟹种所罕见，文昌鸡、嘉积鸭的独特之处，也与其生产环境密不可分。

海南资深新闻工作者、省烹饪协会常务理事云大新认为，海南是一个移民岛，自唐宋以来大批移民南迁，所带来的中原饮食文化与本地烹饪习俗相融合，而在海南五指山等中部地区，海南原居住民仍保留的黎苗风味饮食，也别有风味。

海南美食地图

东西南北中 风味各不同

文/海南日报记者 罗霞

海南华侨多，这对海南饮食的多元化个性颇有贡献。大批海南赴东南亚地区的归侨将马来西亚、泰国等地的饮食习俗带回海南，并和海南餐饮文化相融合，使得海南餐饮具有了许多国际化元素。海南兴隆的东南亚风味美食，就颇有特色。

根据海南各地的特色食材，以及不同食俗等，林俊春等省内一些专家对海南美食进行过区域分类。以海口为主的琼北地区，是海南各种风味菜肴的聚集地，也拥有独具特色的曲口海鲜、石山羊火锅等。琼东地区是海南四大名菜的所在地，同时椰子系列菜品比较出名。以三亚、陵水为代表的琼南地区是品尝各式海鲜的好地方。五指山等海南中部地区的黎族苗族风味美食，让人流连忘返。琼西地区独特的自然和人文环境，孕育出了临高乳猪、儋州那大狗肉等特色菜品。

受经济和社会文化发展程度不同等因素影响，各地的美食在做法上也稍有差别。如海口以及琼海、文昌等琼东地区，菜肴制作工艺比较细腻，形式上更为讲究，许多菜肴已从家庭日常菜肴上升为宴席菜肴；琼中地区菜肴更讲究自然、生态；琼西菜肴拥有的一种粗犷的

级烹赛场上的菜品已在三四百种以上。

众多的菜品，令人在品尝时难以割舍。不过如果到一个地区只吃一两样菜品，我省一些餐饮业界人士列出了自己的菜单：

从琼北出发，沿着海南东线去文昌，菜品首选文昌鸡，其被列为海南四大名菜之首。另外，文昌的椰子非常有名，“文昌椰子半海南”，椰子入菜颇有特色，椰奶鸡、椰子盅等一批海南名菜相继诞生。

1987年，大散文家秦牧曾到海南品尝了一席椰子宴，并对海南椰子做菜赞不绝口，提笔写下“椰汁犹如玉液琼浆，以之调和百味无不精美”的感慨。

琼海的嘉积鸭，万宁的东山羊与和乐蟹，位列海南四大名菜之中，名不虚传。在万宁兴隆镇，东南亚风味菜点也不可错过。从



名菜名点 各有千秋

海南物产丰富。就海产而言，已知南海鱼类达千种以上，陆地上的飞禽走兽，种类繁多，不胜枚举。

在最著名的特产中，禽畜类的有文昌鸡、嘉积鸭、温泉鹅、东山羊、临高乳猪、五脚猪、五指山小黄牛等；海产类的有和乐蟹、后安鲻鱼、三亚海蛇、崖州鲍鱼、曲口生蚝、石斑鱼、油鱼追、剑鱼、马鲛鱼、龙虾、对虾、基围虾、富贵虾、海参、公螺、油螺、鸡腿螺、芒果螺、血蚶及多种贝类；热带植物类的有椰子、腰果、胡椒、木瓜、菠萝、芒果等。

基于这些丰富的原料资源，海南已形成的菜点颇多。1996年，省烹饪协会编纂出版的《吃在海南》一书中，收录了海南省菜点小吃著名品种183种。十几年后，随着一大批新菜品的推出，如今活跃在餐饮市场上和各

上世纪五十年代起，海南兴隆成为印尼、马来西亚、泰国、越南等21个国家归侨的新家。至今，归侨们仍以东南亚风味的餐饮为主：七层糕、干孔糕、椰香脆饼、咖喱鸡、沙爹肉片、咖喱鸡等。

琼南地区的海鲜，品种繁多，味道鲜美。三亚的深海海鲜、陵水的渔排上的海鲜大餐，都可叫人过足瘾。

与海南东部相比，时下游客涉足相对较少的海南中西部地区，许多菜品大有“养在深闺人未识”的遗憾。临高乳猪，是海南传统的出口产品，肉细味香。儋州那大狗肉、洛基粽，东方白斩羔羊，五指山的竹筒饭、五色饭、小黄牛等等，也无不美味无比。